Cupones para Alimentos: Nuestra Salud, Nuestra Fuerza.



¿Qué es el Programa de cupones para alimentos?

El programa ayuda a individuos de escasos ingresos o sin ningún ingreso a comprar comida saludable.

¿Cómo obtengo cupones para alimentos?

Usted puede encontrar cupones para alimentos en la sección gubernamental de sus paginas azules. Mire bajo "human services department".

Llame a la oficina de cupones para alimentos para fijar una cita. Pregunte que papeles necesita llevar. Esto puede incluir sus comprobantes de pago, facturas de renta o pago de casa y servicios públicos, facturas por concepto de cuidado de menores o personas de 60 años o mayores, y comprobantes de pagos del mantenimiento de los hijos bajo orden de la corte (por ejemplo, la orden y cheques cancelados).

En la oficina de cupones para alimentos usted contestará preguntas y firmará documentos. Usted puede mandar algún pariente o amigo para hablar con el empleado por usted.

¿Tendré que obtener un número de seguro social?

Sí, usted debe tener o deberá obtener un numero de seguro social para cada miembro de la familia si quiere que ese miembro obtenga beneficios. No todos los miembros del hogar tienen que tomar parte en el programa. La persona que no desea recibir cupones para alimentos no tiene que dar su numero de seguro social pero tiene que dar su información financiera.



¿Pueden los residentes legales sin ciudadanía obtener cupones para alimentos?

Usted podría ser elegible para obtener cupones para alimentos. Hable con un empleado de cupones para alimentos al respecto. Aún si usted no puede obtener cupones para alimentos, los miembros de su familia nacidos en este país si pueden. Obtener cupones para alimentos no lo afectará si usted quiere obtener la ciudadanía.

¿Puedo obtener ayuda si no estoy trabajando?

Si usted tiene la capacidad de trabajar, debe buscar un trabajo, tomar una oferta de trabajo o asistir a un programa de adiestramiento.

¿Cuántos recursos podemos tener?

Las familias con un miembro de 60 años o mayor pueden tener hasta $3,000 en recursos contables. Otras familias pueden tener hasta $2,000.

No se cuentan los recursos de personas que reciben dinero en efectivo estatal (TANF) o el ingreso de seguridad suplementaria federal (Federal Supplemental Security Income—SSI). Su casa y hasta $4,650 del valor justo de mercado de un carro no cuentan, como tampoco un vehículo que usted necesite para movilizar a un miembro de su familia físicamente incapacitado.

¿Cuánto ingreso podemos tener?

La mayoría de los ingresos cuentan. El ingreso bruto significa el ingreso antes de cualquier deducción. El ingreso neto significa el ingreso bruto después de las deducciones permitidas. Las familias con SSI y TANF son inmediatamente elegibles.



Las familias sin miembros de 60 años o mayores o incapacitados deben cumplir con un limite de ingresos brutos y netos. Las familias con miembros de 60 años o mayores o incapacitados tienen que cumplir solamente con un limite de ingresos netos.

Desde el 1ro de octubre de 2003 hasta el 30 de septiembre del 2004, los límites de ingresos mensuales son los siguientes:

Personas en la Familia	Ingreso Mensual Bruto*	Ingreso Mensual Neto*
1	$ 973	$ 749
2	1,313	1010
3	1,654	1,272
4	1,994	1,534
5	2,334	1,795
6	2,674	2,057
7	3,014	2,319

¿Cuales son las deducciones permitidas?

- 20 por ciento del pago por trabajo del hogar;
- una deducción fija de $134;*
- Gastos médicos por encima de $35 al mes para miembros de 60 años o mayores o incapacitados;
- Ciertos costos de sostenimiento de dependientes cuando son necesarios para adiestramiento, educación, o trabajo, pero no más de $200 por cada niño menor de 2 años y no más de $175 por cada otro dependiente;
- Deuda legal por concepto de sostenimiento de menores; y
- Un porcentaje de los costos de vivienda.

** Algunos hogares grandes obtendrán una deducción mas alta. Estas cantidades son mayores en Alaska y Hawaii. Personas que reciben SSI en California no son elegibles.*



Si mi familia es elegible, ¿Cuánto obtendremos?

Desde el 1ro de octubre de 2003 hasta el 30 de septiembre del 2004, la tabla a continuación muestra la cantidad máxima que usted puede obtener, si usted no tiene ningún ingreso. Si su ingreso aumenta, la cantidad de cupones para alimentos que obtendrá será menor.

Personas en la Familia	Cantidad Máxima Mensual*
1	$ 141
2	259
3	371
4	471
5	560
6	672
7	743

** Las cantidades son mayores en Alaska y Hawaii.*

Para ver si usted puede ser elegible, visite nuestra pag-iná de internet al **www.foodstamps-step1.usda.gov.** Conteste las pregunatas. Si parece ser elegible la computadora le dará un estimado de beneficios.

¿Son los cupones para alimentos dinero en efectivo?

No. Los beneficios de cupones para alimentos vienen en una tarjeta plástica que usted usa igual que una tarjeta de banco y sirve para comprar comida. Algunos estados todavía usan cupones de papel. La mayoría de almacenes reciben cupones para alimentos.

¿Qué debo hacer si tengo más preguntas?

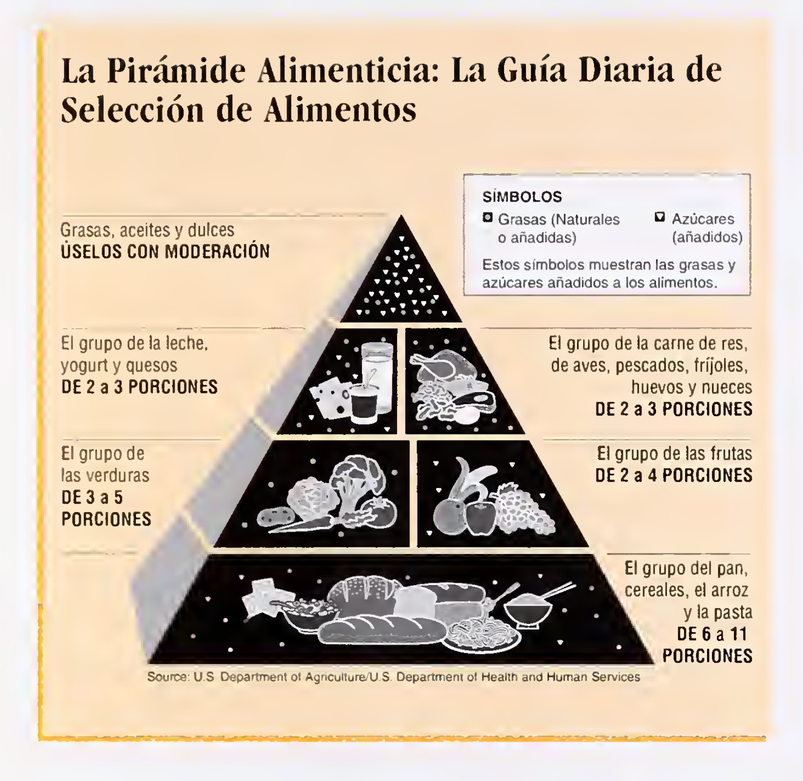
Usted debe llamar a la oficina local de cupones para alimentos. Nuestra linea telefónica gratis (1-800-221-5689) puede dirigirle a la linea gratis del estado donde vive.

Para mas información (en ingles) acerca de nuestros programas, por favor visite nuestro web site: **www.fns.usda.gov**



Escoja alimentos a promueve un futuro saludable en cada etapa de la vida.

- Los cupones para alimentos mejoran sus posibilidades de consumir una gran variedad de alimentos.
- Permita que la Pirámide indique sus elecciones de alimentos.



- Apunte para un peso saludable.
- Sea físicamente activo por lo menos 30 minutos al dia para adultos y 60 minutos para niños.
- Escoja una variedad de granos (especialmente enteros), frutas, y verduras diariamente.



United States Department of Agriculture
Food and Nutrition Service
FNS-313-S
Revised October 2003

